पर केन्द्रित करने के लिए अनेक विधि-विधानों का पालन आवश्यक है। ये सब विधान पहले-पहल अति दुःखावह और विष जैसे कटु लगते हैं। परन्तु यदि कोई इनका अनुसरण करते हुए शुद्ध सत्त्व में स्थित होने में सफल हो जाय, तो वह सच्चे पीयूष का आस्वादन करता हुआ जीवन का आनन्द उठा सकता है।

विषयेन्द्रियसंयोगाद्यत्तदग्रेऽमृतोपमम् ।
परिणामे विषमिव तत्सुखं राजसं स्मृतम् ।।३८।।

विषयेन्द्रियसंयोगात्=विषयों और इन्द्रियों के संयोग से; **यत्**=जो; **तत्**=वह; **अग्रे**=आगे; **अमृत उपमम्**=अमृत जैसा; **परिणामे**=अन्त में; **विषम् इव**=विष तुल्य; **तत्**=वह; **सुखम्**=सुख; **राजसम्**=राजस; **स्मृतम्**=कहा गया है।

अनुवाद

जो इन्द्रियों और विषयों के संयोग से होने वाला सुख पहले अमृत जैसा लगता है, परन्तु परिणाम में विष-तुल्य है, वह राजस कहा गया है।।३८।।

तात्पर्य

एक युवक और एक युवती मिलते है और इन्द्रिय-वेगों के कारण परस्पर दर्शन, स्पर्श और मैथुन में प्रवृत्त हो जाते हैं। यह सब पहले-पहले इन्द्रियों को अतिशय सुखदायक भास सकता है; परन्तु अन्त में अथवा कुछ समय बाद ठीक विष जैसा हो जाता है। किसी कारणवश दोनों बिछुड़ जाते हैं; जिससे शोक, दुःख आदि की प्राप्ति होती है। इन्द्रियों और विषयों के संयोग से होने वाला ऐसा सुख राजस कहा गया है, क्योंकि यह सदा दुःख का ही कारण बनता है। अतएव सब प्रकार इससे बचना ही अच्छा है।

यदग्रे चानुबन्धे च सुखं मोहनमात्मनः।
निद्रालस्यप्रमादोत्थं तत्तामसमुदाहृतम् ।।३९।।

यत्=जो; **अग्रे**=अनुभव-काल में; **च**=तथा; **अनुबन्धे**=फल-प्राप्ति के समय; **च**=भी; **सुखम्**=सुख; **मोहनम्**=मोहित करता है; **आत्मनः**=आत्मा को; **निद्रा**=निद्रा; **आलस्य**=आलस्य; **प्रमाद**=प्रमाद से; **उत्थम्**=उत्पन्न; **तत्**=वह; **तामसम्**=तामस; **उदाहृतम्**=कहा गया है।

अनुवाद

जो स्वरूप-साक्षात्कार की ओर अंधा है और आदि से अन्त तक बन्धनकारी है, वह निद्रा, आलस्य और प्रमाद से उत्पन्न सुख तामस कहा गया है।।३९।।

तात्पर्य

जो निद्रा और स्वप्न में सुख का अनुभव करता है और जो इस विवेक से रहित है कि क्या करना कर्तव्य है और क्या करना योग्य नहीं, ये दोनों ही निश्चित रूप से तमोगुण में हैं। ऐसे मनुष्य के लिए सब कुछ भ्रममय है; उसके लिए आदि-अन्त में कभी सुख नहीं है। राजस मनुष्य को तो पहले कुछ क्षणिक सुख हो भी सकता है, जो